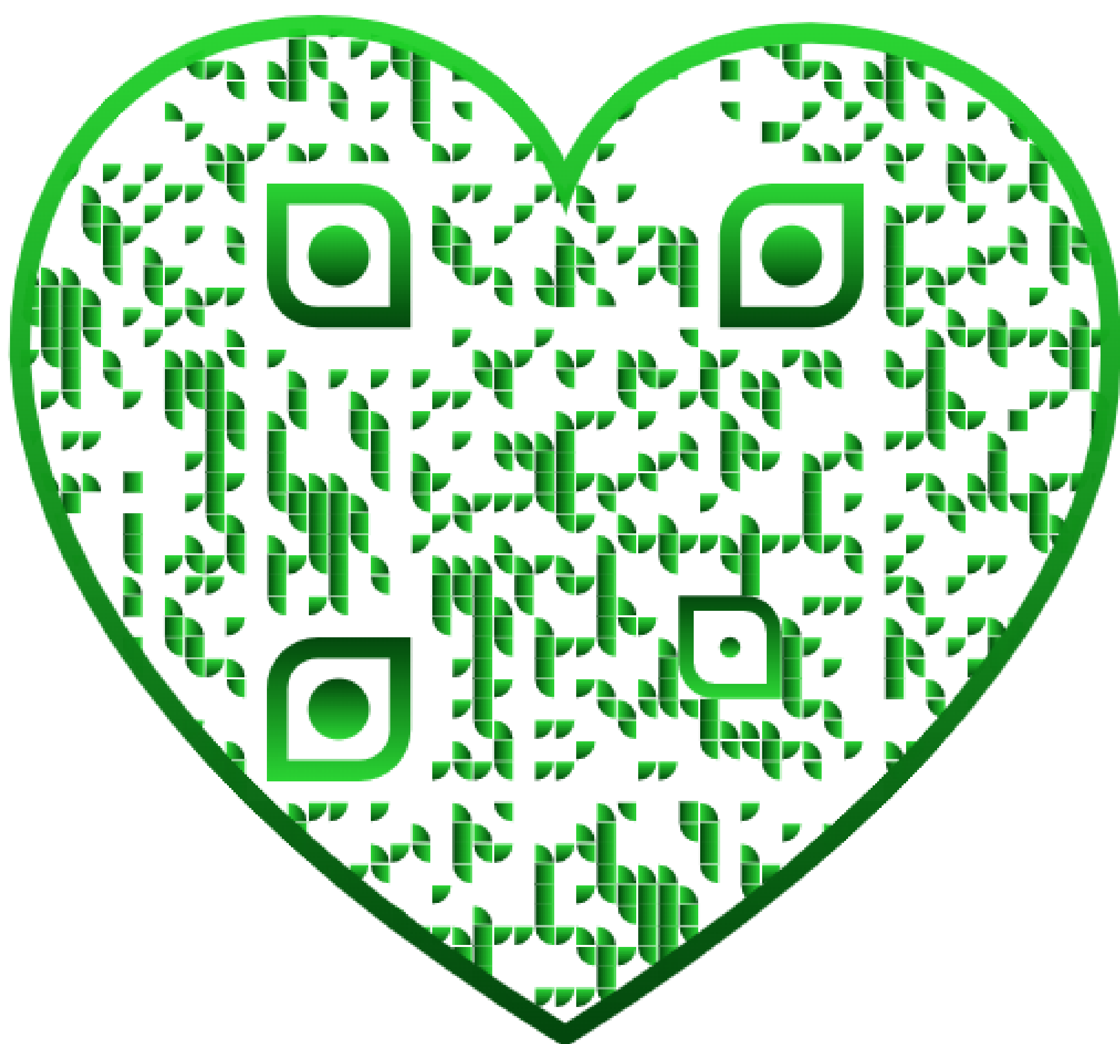
Te dou 20 instruções para você chegar lá.

QUER *VENCER?*

E-BOOK DE AUTO-AJUDA

DE CAH SANTOS



Quer ser um vencedor?

Você quer realizar aquele sonho de uma vida?

Você quer ter tudo que deseja de forma natural e sem esforço?

Se sua resposta é sim, você merece esse e-book!

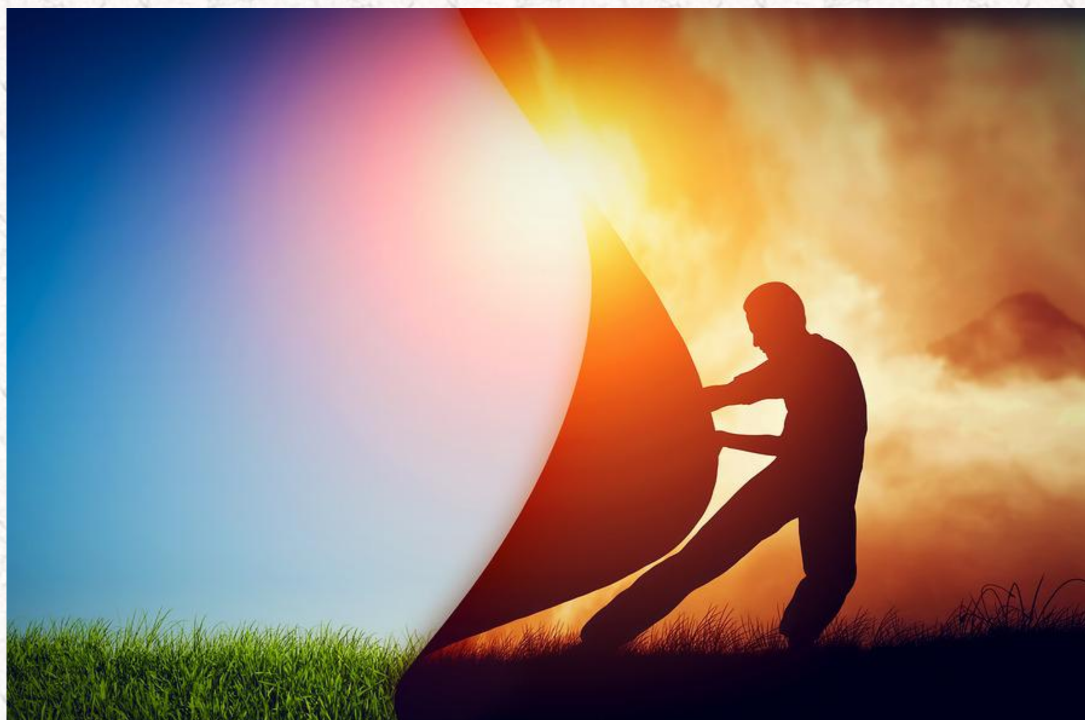


Siga essas 20 instruções que te dou a seguir.

As 20 instruções apresentadas neste e-book, te lançaram direto ao sucesso em todos os campos da sua vida, basta ler com muita atenção e siga-las rigorosamente. Só depende de você, com um pouco de dedicação e vontade de vencer, as instruções descritas neste e-book, te conduziram ao ponto exato para conquistar o que deseja. Estas 20 instruções te farão atrair naturalmente tudo que deseja, de forma fácil e rápida como pedir um café. Em cada instrução faça uma breve reflexão, isso te trará a tona lembranças para comparar e analisar com os fatos que já aconteceu em sua vida. Enquanto lê, anote e escreva da sua maneira, as ideias com as quais se identificar, ou lembrarem de momentos ou fatos que as reafirmem. Desta forma seu subconsciente absorve as informações com maior rapidez e passa a fazer milagres em sua vida. Eu te afirmo, eu

passei por essa metamorfose e hoje estou passando essa magia para você.

1. Elimine intenções conflitantes.



O que são intenções conflitantes? Simples, você deseja algo conscientemente, mas seu subconsciente tem a crença limitante que você não pode ter.

Você já se perguntou, porque tantas pessoas chegam ao sucesso e você continua batalhando sem sair do lugar? O que há de diferente entre você e os afortunados que conhece? Bom, eles acreditam que são capazes e que podem ser e ter o que desejarem. A diferença está nas crenças que ambos tem sobre todas as coisas, e é sobre isto que vamos tratar aqui, refletindo e analisando. Há muitas barreiras gravadas em nosso subconsciente desde os primórdios da nossa infância, são as inúmeras crenças limitantes programadas deste então e que entram em conflito com nossos desejos. Essas crenças são herdadas do seus pais, parentes, amigos e sociedade, que também herdaram dos seus antepassados. E como sua mente cria o que você acredita, sua vida até aqui foi uma sequência de

equívocos e frustrações, como você reafirmará ao longo do que vamos expor adiante.

2. Reprograme seu subconsciente.



Ao longo de nossa vida tudo o que aprendemos formam os conceitos que temos hoje sobre as coisas, a partir das nossas próprias experiências e das pessoas do nosso convívio. Neste sentido, aprendemos a ver o mundo com os olhos dos outros, até que em determinado momento despertamos e criamos nosso próprio senso crítico a respeito de cada conceito. Quando alcançamos a autonomia para pensarmos por nós, entendemos que não basta saber, temos que transformar o que já foi aprendido e está enraizado em nossa mente, de forma limitante. Exemplo, “dinheiro não dá em árvore”, esta crença te limita a pensar que é difícil conseguir dinheiro, desde modo você nunca buscará abundância.

3. Mude suas crenças.



Esta com certeza é a chave para abrir seus caminhos e deixar a abundância entrar. Muitas pessoas conhecem como funciona a lei da atração, porém tem dificuldades em aplica-las para atrair o que desejam. O motivo é simples, o que eu sinto eu atraio, “se estou feliz atraio mais felicidade”, “se estou triste atraio mais tristeza”. Para isso deve-se eliminar o

obstáculo que bloqueia e confunde o fluxo natural da atração, que são as crenças que estão em seu subconsciente e que contrariam o que sua mente consciente deseja. Tudo o que aprendemos foi gravado em nossa mente subconsciente por meio da repetição, neste sentido, só precisamos trocar esses conceitos por novas crenças, usando o mesmo método, repetir até gravar. Você pode escrever os seus conceitos para analisar posteriormente e verificar se são positivos ou negativos e se condiz com seus desejos. Exemplo, "O que eu penso sobre dinheiro? - dinheiro é necessário, mas é difícil de ganhar!" Este é um conceito que te deixará pobre para sempre! Primeiro, muito mais que suprir suas necessidades o dinheiro deve ser idolatrado, você tem que amar o dinheiro. Como vai gerar entusiasmo para atrair, se não se apaixonar por ele? Se é a emoção que atrai emoções semelhantes, para atrair dinheiro você deve pensar nele com desejo ardente! Tudo que você desejar deve ser com profundidade e lágrimas nos olhos! Segundo, você deve mudar o conceito de "difícil ganhar", para "é muito fácil e natural". Repita várias vezes em voz alta o novo conceito, pois foi desta forma que todas as crenças entraram em seu subconsciente, foi de ouvir várias vezes, que aprendeu tudo que sabe até hoje. Repita todos os dias, até você transformar um conceito negativo em positivo, ou naquilo que queira acreditar. Então você cria a emoção do seu desejo e acredita que ele é real, "uma mentira repetida várias vezes torna-se uma verdade". E se a nossa mente pode criar o que desejarmos logo tudo é verdadeiro. Quando entender que pode criar sua própria realidade, tudo passará a ser como deseja, porém essa crença deve estar em seu subconsciente, é lá que estão as suas verdades. O segredo para criar o que deseja, é transformar as crenças e conceitos negativos, que

estão em conflito com o que você quer, em crenças e conceitos positivos que estejam de acordo com seus objetivos. Exemplo, “querer não é poder”, eu quero mas meu subconsciente está programado com a crença de que eu não posso, ou seja, a minha intenção é realizar algo, mas minha crença entra em conflito quando acredita que não é possível. Quando você acreditar verdadeiramente que o dinheiro vem fácil, ele certamente virá.

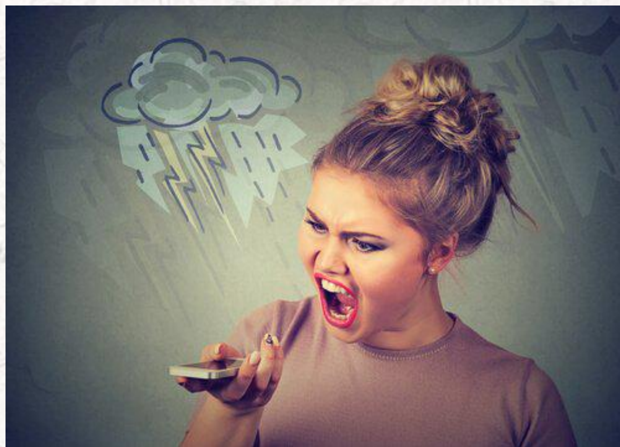


4. Deixe de ser vítima e assuma o controle.

Ser vitima é achar que o que acontece em sua vida é coisa do destino, castigo de Deus e até que é culpa de uns e outros. Delete tudo isso, tudo que move a sua vida é causa e efeito, escolhas e consequências. Você é responsável por tudo que atraiu, mesmo não tendo consciência sobre isso. Cada decisão que você tomou gerou consequências, cada decisão que você não tomou também gerou consequências. Sabendo disto, agora você passa a escolher e a assumir o controle da sua vida. Lembrando que você atrai tudo que você pensa e sente, então controle isso também. Se atraímos o que somos, temos que nos conhecer profundamente, faça uma auto-análise, reflita sobre o conceito que tem sobre você mesmo. Normalmente o

conceito está vinculado no ego, então não é real, este tira o equilíbrio, ilude, confunde, tente se ver fora de padrões egocêntricos, seja real. Para transformar o mundo externo, deve-se mudar o mundo interno que irá refletir de dentro para fora. Deve-se refletir, reconhecer falhas e defeitos para poder arrancá-los e transformá-los dentro de ti. Observar o que irrita no outro, pois pode dizer muito sobre você, pense nisso, talvez descubra desfeitos que não sabia que tinha. Após identificá-los, é hora de alterá-los no seu subconsciente, que tal ao invés de “não gosto disso ou daquilo, mudar para eu amo” e seguir com a instrução da repetição. Parece estranho, sim, mas faz parte do processo de transformação das crenças limitantes, afinal, porque você não gosta de certas coisas? Quanto mais você gostar e amar, mas amor atrai, isso é maravilhoso.

5. Pare de reclamar.



Outro defeito que não percebemos é a mania de reclamar, para algumas pessoas vira hábito, a pessoa não consegue viver sem reclamar de algo. A reclamação é uma porta aberta para aborrecimentos e confusões, pois gera uma energia pesada para quem emite e para quem recebe, sem garantia de resoluções. Desafie-se a não reclamar de mais nada que o desagrade e perceba o quanto isso o afetará de forma positiva sua existência. Ao invés de reclamar foque na solução e se estiver fora da sua alçada apenas não absorva. Lembre-se o que não tem remédio, remediado está. Reclamar quase nunca resolve muita coisa, no entanto consome a sua energia e baixa a sua frequência, (nossa energia vibra em uma frequência). O resultado é apenas estresse e acumulo de energias negativas, que atrairão mais

coisas negativas. Quem cria seu mundo é você com o que está emitindo, preste atenção no seu intimo, quais as emoções predominam no seu dia. Se algo está te incomodando, procure as causas e possíveis soluções, não tenha medo de mudar, seja de casa, trabalho ou relações. O importante é fugir das emoções destrutivas, pode ser difícil no início, mas pense como será sua vida depois, livre das cargas emocionais que te põe para baixo.

6. Mude sua energia.



Adquira bons hábitos, busque nas pessoas algo que te agrade, que você possa admirar, observe os bons exemplos e traga para sua vida. Reflita sobre tudo, palavras, ações, pensamentos, conceitos, emoções e razões. Imagine como você quer ser e comece a transformar-se na sua melhor versão, seja admirável, seja luz, contagie todos a sua volta. Outra coisa a se analisar é aprender a focar na solução e não nos problemas. A maioria de nós esta sempre preocupado com o que pode acontecer ou nas coisas ruins que já aconteceram, porém quando abandonamos um problema, ele resolve-se por si só. Estamos sempre pensando no que não queremos e aí a energia lançada traz a tona o que está em foco. O que você tem que entender é que teu pensamento deve estar voltado para o que você quer, o

resto deixe fluir. Comece a ver o lado positivo da vida, foque no bom, no belo, no alegre e simples. Reflita, quanto tempo do seu dia você está com emoções negativas, preocupações, estresse, tristeza, tédio? E quanto tempo sobra para as emoções positivas, se sente tranquilo, relaxado, feliz, disposto, motivado ou quem sabe em êxtase?! Com a corria da vida moderna, eu ousaria a afirmar que são raras as pessoas que tem mais sentimentos bons do que ruins. Vamos mudar isso! Eu quero que você seja parte das pessoas realizadas e felizes. Após se diagnosticar, crie uma meta diária ou semanal, para aumentar seu tempo com sentimentos bons, a cada meta alcançada comemore e se presenteie, para incentivar-se a cumprir as próximas. Você atrai o que sente, logo se está chateado, triste, frustrado, ou qualquer sentimento negativo, você deve fazer de tudo para mudar e parar de alimentar estes sentimentos. Para isto existem alguns truques que você pode usar para mudar seus pensamentos e sentimentos. Seguem algumas dicas:

- Dance, cante ou apenas ouça musicas bem animadas.
- Faça exercícios físicos ou saia para caminhar ou correr, há muita vida lá fora para você admirar.
- Assista vídeos engraçados ou ver fotos de crianças e animais também alteram seu emocional.
- Mas se nada disso adiantar, desabafe escrevendo tudo que está sentindo no papel e depois queime-o. Acredite também alivia.

7. Controle seus pensamentos.



As nossas emoções são geradas pelos nossos pensamentos, então para nos sentirmos bem temos que ter pensamentos bons. Hora ou outra acabamos por lembrar de coisas ruins,

ou algo que vemos ou vivenciamos, é inevitável, pois não controlamos o mundo dos acontecimentos, salvo quando são consequências dos nossos atos. O fato é que a qualquer momento pode nos ocorrer pensamentos não desejáveis. Então é nossa obrigação controlar e mudar esses pensamentos, antes que transformem nossa vida em um mar de sofrimentos. Tudo o que você tem à fazer é mudar o foco, pensar em outras coisas e substituí-los imediatamente.

8. Pratique o desapego.

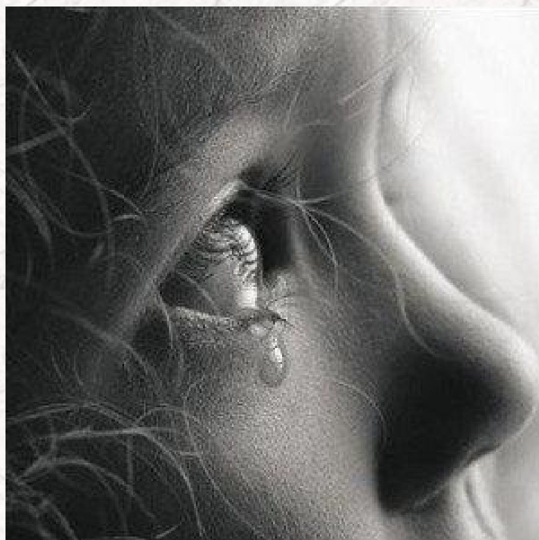


"Aquilo a que você resiste, persiste", "Você pode ter o que quiser, desde que não precise". Quando você precisa emite um sinal de necessidade, carência, escassez, logo atrairá mais falta daquilo que gostaria de ter.

Mas se você deseja sem apego, ou seja, emite um sinal de quero mas não preciso, a emoção é limpa e clara. É como sair para comprar coisas tendo bastante dinheiro, você não emite nenhum sentimento ruim, pois não há obstáculos,

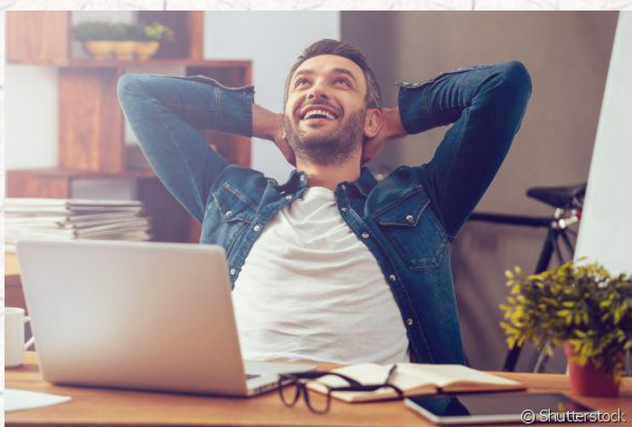
preocupações, nem desconfianças. Você sabe que pode obter com facilidade o que anseia adquirir.

9. Não guarde mágoas.



"É como tomar veneno para que o outro morra". Quando não perdoamos, temos a falsa impressão de que estamos castigando alguém, mas se sou eu que estou alimentando a mágoa, sofrendo, estou fazendo mau a mim mesmo. Estou armazenando um monte de sentimentos ruins que só atrairão mais coisas ruins. Liberte-se, perdoe, limpe seu coração e sua mente. A pessoa que te feriu está doente, se você se contaminou faça uma purificação, ore por ela, veja-a como alguém que precisa de ajuda. Se você quer atrair amor encha-se de amor, olhe o mundo com amor e tolerância.

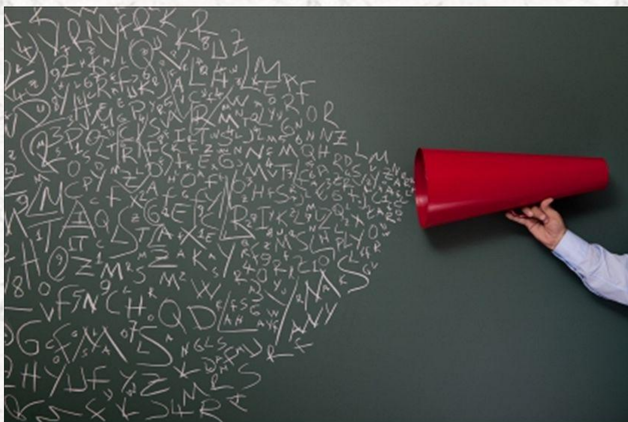
10. Veja o lado bom em tudo.



Parece ironia, mas a verdade é que tudo tem dois lados, e as vezes nem percebemos porque o beneficio da parte boa, só aparece muito tempo depois. Porém a maioria de nós nem toma consciência sobre isto, pois estamos acostumados a ver somente o lado ruim das coisas. As coisas são da forma que você vê e a maioria das pessoas veem de forma negativa,

parece uma tendência que todos olhem sempre para o lado ruim. Neste sentido o foco e a energia estão direcionados para o lado negativo, inflamando e crescendo justamente o que não queremos. Passamos o tempo todo pensando nos supostos problemas, quando o correto é focar na solução. Essa é a parte que todos que conhecem a lei da atração tem dificuldade em compreender. Acreditamos no que estamos vendo e reagimos aos fatos, cocriando situações sempre semelhantes. Mas se você parar e refletir só um pouquinho, vai recordar de acontecimentos extremamente ruins, que foram o estopim de grandes mudanças para algo melhor. O conselho é, ao invés de lamentar, procure algo da experiência que pareça bom, se não de imediato mas em algum futuro próximo.

11. Mude seu vocabulário.



Sim, você fala, você pensa, você sente, logo as palavras são o inicio de muitos conflitos e sofrimentos. Além da energia que emanam, podem ocorrer erros de interpretação entre locutor e interlocutor, causando grandes estragos em seus relacionamentos. As palavras movem o mundo, então, quanto mais positivas e bem pronunciadas, passam a influenciar de maneira benéfica em sua vida. Preste atenção nas palavras que você usa diariamente, analise se são construtivas ou destrutivas. Para sua vida ser positiva, tudo o que emanar dos seus pensamentos e palavras devem obrigatoriamente positivo. Como você fala com as pessoas que você se relaciona quando está e estressado? “se você tivesse que se alimentar das suas palavras, você seria nutrido ou envenenado”.

12. Persiga seus sonhos e encoraje pessoas a fazê-lo.



Aproveite seu entusiasmo de sonhador e enquanto corre atrás do seus objetivos, encoraje outras pessoas a fazer o mesmo.
A felicidade assim como todos os sentimentos são contagiantes, seu exemplo vai motivá-los e você ganha força e energia. Os sentimentos compartilhados se multiplicam e você se sentirá bem em ajudar alguém. O que você sente, você atrai, lembre-se sempre disto.

13. Concentre-se no que há de bom no mundo.



A roda da vida está girando, são muitos acontecimentos, alguns bons e outros nem tanto. O que acontece em seu entorno não dá para ignorar, apenas reagir de forma coerente. Porém o que você não puder mudar, apenas ignore, abstraia para não se sobrecarregar com pesos desnecessários. Descarte os conteúdos e notícias ruins, esqueça as fofocas, as criticas, as reclamações, estas emoções não agregam nada a você. Lembre-se aborrecer-se com fatos externos e alheios a você, só irão baixar sua energia.
Você deve olhar o mundo com olhos positivos, as pessoas, sociedade e governo, “se as coisas não mudam, mude você.”
Para mantermo-nos positivos, temos que alimentar nossos pensamentos com apenas coisas boas, escolher o que iremos trazer para nosso convívio, sendo pessoas ou informações.

14. Acredite em seu potencial.



Foque em seus pontos fortes, exalte suas qualidades, se elogie, se ame. Vá para o espelho e admire a imagem que você vê, idolatre. Faça uma declaração de amor ao ser mais incrível e maravilhoso que está em sua frente. Apaixone-se pelo ser magnífico que você é. Afirme em voz alta, o quanto é poderoso e atrai tudo o que almeja de maneira fácil e rápida. Sorria com a certeza do quanto você é grande e cheio de potenciais. Você

realmente é extraordinário! Merece tudo que a vida tem de bom!

15. Sinta o que você quer que aconteça.



O que realmente vai atrair seus desejos, são seus sentimentos, porém antes de sentir pensamos. Para todas as nossas ações há um pensamento que as impulsionam. Por isso o pensamento e tão importante, pois ele é o gerador dos sentimentos. Ao invés de pensar em bobagens e futilidades, mantenha-se ocupado pensando nos seus objetivos e sonhos. Assim sua frequência mantém-se elevada e conectada ao que você quer.

16. Veja seus desejos já realizados.



Para isso basta visualizar e imaginar com bastante detalhes, de maneira a sentir a emoção de vê-lo já realizado. Enquanto você está sonhando, idealizando, você está emitindo uma frequência que entra na mesma frequência do objeto do seu desejo. Essa emoção é verdadeira, tua mente confia no que você está sentindo como verdadeiro acelerando o processo de atração. Outro fator importante a ser lembrando é que sua mente cria sua realidade, se é verdade na mente, será no físico, ela criará para você.

17. Seja grato pelas coisas que você já tem.



Muito se fala no poder da gratidão, pois é muito simples de entender, a sensação de gratidão gera um grande bem estar, é um sentimento de satisfação por ter algo, um sentimento de conforto, paz, tranquilidade. Você está feliz por algo isso é maravilhoso! E quantas coisas em sua vida lhe trazem esse sentimento, pense por quantas coisas você é grato. Na maioria das vezes ignoramos o que já conquistamos, como se não fizessem mais diferença e focamos a atenção nas coisas que nos faltam. Faça uma reflexão e perceba o quanto você é vitorioso pela inúmeras coisas que já conquistou, você se sentirá muito grato e feliz. Pratique a gratidão, alcance a auto-confiança, deseje o bem e acredite no poder do agora!

18. Pratique a meditação.



Meditar nada mais é que respirar profundamente e pausadamente, inspire em quatro segundos, prenda a respiração por mais quatro segundos e expire em quatros segundos. Em quanto você conta de um a quatro, sinta o ar entrar e sair, isso tira o seu foco do mundo externo e acalma sua mente.Você deve meditar para relaxar quando estiver nervoso, ansioso ou estressado. O essencial é fazer desta técnica um

hábito, além de melhorar sua saúde vai tranquilizar sua mente e direcioná-la ao que realmente importa.

19. Faça coisas que te deixam feliz.



Será muito mais fácil manter sua energia positiva e sua frequência elevada, se praticar coisas que causam emoções agradáveis. Faça o que te faz feliz, seja lá o que for, comida, diversão, passeios, livros, e até tv escolhendo bem os programas. A ordem é ser feliz, alimentar sentimentos bons, manter-se em nível elevado. Uma caminhada no bairro pode ser uma boa ideia, mas lembre-se absorva apenas o que ver de bom, olhe com bons olhos, procure e vai achar.

20. Não crie expectativas.



Preste muita atenção neste instrução isso lhe poupará de muitas frustrações. Parece meio contraditório, uma vez que falamos o tempo todo em pensar, focar, visualizar o que desejamos, porque isso soa como expectativas. Há uma linha tênue entre sonhar e esperar. Temos que pensar no que desejamos como se já existisse, então em nossa mente já existe, logo você não precisa esperar. Pense se já possuo tal coisa, não

há o que esperar eu tenho e pronto, só preciso convencer minha mente disto, acreditar que é verdade. Quando você cria expectativas, entende-se como algo que você espera sem a certeza de que vai receber, gera dúvidas e medo. Exemplo “eu vou sair essa noite e vou me divertir muito”, você espera que isso aconteça, mas não tem certeza que vai ocorrer da forma que deseja. A expectativa é uma crença no futuro, em algo que ainda não aconteceu. E o foco aqui para atrair, é acreditar que as coisas já são como você quer. O processo deve ser visto de forma simples e natural, eu quero algo e minha mente traz para mim. Se eu acredito, é fato!

Te desejo uma vida extraordinária, você merece!!!



Cah Santos e Raquel Nunes
Eduka Financeira através do Subconsciente.